

Показники фізичного розвитку та фізичної підготовленості учнів 1 класів загальноосвітніх навчальних закладів

Пелешенко І.М.

Харківська гуманітарно-педагогічна академія

Анотація:

Метою дослідження є визначення стану фізичної підготовленості учнів 1 класів загальноосвітніх навчальних закладів Харківської області. Проведено тестування рівня розвитку фізичних якостей 1674 учнів 1-4 класів (829 хлопців та 745 дівчат) за стандартною системою шкільного фізичного виховання. Фіксувалися показники у таких тестових вправах як: біг 30 м; шестихвилинний біг; нахил тулуба уперед з положення сидячи; згинання рук у висі на поперечині; човниковий біг 4x9 м; стрибок у довжину з місця. Виявлено низький рівень фізичного розвитку та фізичної підготовленості школярів (зокрема спритності). Показано, що системи оцінювання навчальних результатів школярів потребують узгодження та модернізації. Визначено середньостатистичні показники розвитку фізичних якостей у хлопців та дівчаток. Виявлені протиріччя між контрольними нормативами фізичної підготовленості у різних державних програмах.

Ключові слова:

школярі, початкова школа, фізична підготовленість, фізичний розвиток, нормативи.

Пелешенко И.Н. Показатели физического развития и физической подготовленности учеников 1 класса общеобразовательных учебных заведений. Целью исследования является определение состояния физической подготовленности учащихся 1 классов общеобразовательных учебных заведений Харьковской области. Проведено тестирование уровня развития физических качеств 1674 учащихся 1-4 классов (829 мальчиков и 745 девочек) по стандартной системе школьного физического воспитания. Фиксировались показатели в таких тестовых упражнениях как: бег 30 м; шестиминутной бег; наклон туловища вперед из положения сидя; сгибание рук в висе на перекладине; челночный бег 4x9 м; прыжок в длину с места. Выявлен низкий уровень физического развития и физической подготовленности школьников (в частности ловкости). Показано, что системы оценки учебных результатов школьников требуют согласования и модернизации. Определены среднестатистические показатели развития физических качеств у мальчиков и девочек. Выявленные противоречия между контрольными нормативами физической подготовленности в различных государственных программах.

Peleshenko I.N. Indicators of physical development and physical fitness of schoolboys of first class of secondary schools. The aim of the study is to determine the status of first class schoolboys' physical preparation of secondary schools of Kharkiv region. Testing the level of development of physical qualities of 1674 schoolboys in grades 1-4 (829 boys and 745 girls) in the standard system of school physical education. Fixed rates in these test exercises as running 30 m, six-minute run, the slope of the torso forward from a sitting position, curl in vise on the bar, 4x9 m shuttle run, standing long jump seats. Revealed a low level of physical development and physical fitness of schoolboys (in particular dexterity). It is shown that the system of assessment of learning outcomes schoolboys need to harmonize and modernize. Determined average performance of the physical qualities of boys and girls. The revealed contradictions between control standards of physical fitness in a variety of government programs.

школьники, начальная школа, физическая подготовленность, физическое развитие, нормативы.

schoolboys, elementary school, physical fitness, physical development, standards.

Вступ.

В сучасності перспективним напрямком розвитку системи загальної середньої освіти є розроблення педагогічних підходів до формування в учнів однієї з ключових компетентностей людини – здоров'яформувальної. Актуальність вказаного напрямку педагогічної діяльності пов'язана з тенденцією зниження рівня здоров'я школярів та низькою ефективністю традиційних підходів до організації навчально-виховного процесу з фізичного виховання школярів, про що свідчать ряд наукових робіт І. Бакіко (2007), Г. Безверхньої (2004), Т. Бондаря (2009, 2010); Ю. Васькова (2009); Т. Круцевич (2003, 2010); В. Платонова (2008), В. Сутули (2009, 2010); Б. Шияна (2007, 2010); Napierała M., Cieślicka M., Muszkieta R., Żukowa W., Ratkowski W. (2011) [8]; Napierała M., Cieślicka M. (2001) [9]; Szark M., Cieślicka M. (200) [10] та ін. Особливо гостро стоїть питання щодо організації педагогічного контролю ступеня реалізації, зокрема завдань фізичного виховання, та оцінювання навчальних досягнень учнів (Ш. Амонашвілі, 1996; О. Гузенко, 2002; В. Добринський, 2002; В. Євдокимов, 2008; І. Прокопенко, 2008 та ін.).

У основі педагогічного контролю навчальних досягнень учнів на уроках фізичної культури, завжди лежать показники фізичної підготовленості учнів. Проте аналіз наукової літератури показав, що у спеціальних джерел недостатньо висвітлений стан

фізичної підготовленості учнів початкової школи [<http://www.narodnaosvita.kiev.ua/vupysku/15/statti/bondar.htm,2,3>]. Чим й зумовлено вибір напрямку даного дослідження.

Дослідження виконано у рамках Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр. з теми 1.3 – «Парадигма здорового способу життя в дискурсах фізичного виховання і спорту. Номер державної реєстрації: 0111U001716, а також в рамках плану науково-дослідної роботи комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради.

Мета, завдання роботи, матеріал і методи.

Мета дослідження – визначити стан фізичної підготовленості учнів 1 класів загальноосвітніх навчальних закладів Харківської області.

Організація дослідження.

З метою з'ясування рівня фізичної підготовленості учнів початкової ланки шкіл, нами було проведено тестування рівня розвитку фізичних якостей 1674 учнів 1-4 класів (829 хлопців та 745 дівчат) загальноосвітніх навчальних закладів Харківської області за стандартною системою шкільного фізичного виховання ($p < 0,05$) [1, 4].

Результати дослідження.

У процесі дослідження фіксувалися показники у таких тестових вправах як: біг 30 м; шестихвилинний біг; нахил тулуба уперед з положення сидячи; згинання рук у висі на поперечині (хлопці 2-4 класів на високій поперечині, дівчата та хлопці 1 класів – на

низькій); човниковий біг 4x9 м; стрибок у довжину з місця (табл. 1-2).

Для порівняння нами використовувалися стандартні (за програмою) вимоги до рівня фізичної підготовленості для загальноосвітньої школи, а також вимоги фізкультурно-оздоровчого комплексу «Крок до здоров'я».

Аналіз матеріалів табл. 1 показав, що у перших класах Харківської області середній зріст хлопчика у першому класі становить 122 см, а вага 24,3 кг. Ці дані суттєво менші за мінімальні норми фізичного розвитку школярів, затверджені у Додатку № 6 до наказу Міністерства освіти та науки України та Міністерства України у справах молоді і спорту від 17.08.2005 р. № 479/1656 Про впровадження фізкультурно-оздоровчого патріотичного комплексу школярів України «Козацький гарт», відповідно, на 17 см та 5,4 кг. Аналогічна ситуація склалася у дівчат – невідповідність нормі складає 17,3 см та 6,2 кг при середніх групових показниках 121,7 см та 23,9 кг (табл. 2).

Розглядаючи середній рівень фізичної підготовленості учнів 1 класу констатуємо, що розвиток швидкості за показниками у бігу на відстань 30 м у хлопців (7,08 с) знаходиться у межах верхньої планки встановлених програмою нормативів (при встановлених 7,1 с), а у дівчат – на середньому – 7,4 с при встановлених 7,2-7,8 с.

Показник розвитку витривалості у хлопців, визначений за показниками бігу 6 хв. знаходиться на високому, відповідно до програми для 1-4 класів, рівні, та становить 373 м (при встановлених 350 м). Проте, згідно Додатка № 6 вищевказаного Наказу МОН України, показник витривалості значно менший (встановлено 1000 м).

У дівчат, зберігається аналогічна тенденція (як і у показниках розвитку швидкості) – середній груповий показник становить 277,6 м, що відповідає середнім нормам програми. Однак, цього недостатньо для виконання вимог Додатку № 6.

Розвиток гнучкості, як у хлопців (4,5 см) так і у дівчат (5,5 см) знаходиться у межах середнього показника навчальної програми. Вказані показники є вищими за встановлені у Додатку № 6.

Така ж ситуація склалася щодо розвитку сили. Хлопці у середньому підтягуються на низький перекладає 6,7 разів (при встановленому програмою вищому показнику 6 разів). Дівчата підтягуються 6,7 разів (при встановленій верхній межі – 5 разів).

Показники розвитку спритності (у випробуванні «човниковий біг» 4x9 м) у хлопців знаходяться на низькому рівні. Так, середньогруповий показник становить 14,9 с, а згідно норм, визначених у додатку № 6, повинен становити 13,5 с, згідно програми – мінімум 13,8 с. У дівчат спостерігається аналогічна ситуація. Середньогруповий показник у бігу 4x9 м становить 14,7 с, а повинен бути не меншим за 14 с, згідно додатку № 6 та не більшим за 14,4 с, згідно до навчальної програми.

У ситуації ж виконання стрибка у довжину з місця, як хлопці, так і дівчата показують високі результати, згідно до програми. Так, програмою визначений високий рівень для хлопців понад 110 см, для дівчат понад 95 см, а середні показники, відповідно, становлять 110,6 см та 101,2 см. Проте показники безпечного рівня здоров'я (визначеного у Додатку № 6) становлять для хлопців 115 см, для дівчат 105 см.

Результати відповідності фактичних показників

Таблиця 1

Показники фізичної підготовленості учнів 1-4 класів загальноосвітніх навчальних закладів Харківської області (хлопці)

n=829	Зріст, см	Вага, кг	30 м, с	6-хв. біг, м	Гнучкість, см	Сила, разів	Човниковий біг, с	Стрибок з місця, см
1 клас (n=265)	122	24,3	7,08	373	4,5	6,7	14,9	110,6
2 клас (n=246)	128	27,4	6,69	496,5	6,8	3,1	14,0	122,4
3 клас (n=241)	133,4	30,6	6,4	830,4	5,8	3,1	12,8	131,9
4 клас (n=77)	135,0	31,6	6,3	969,5	5,95	6,2	11,4	144,1

Таблиця 2

Показники фізичної підготовленості учнів 1-4 класів загальноосвітніх навчальних закладів Харківської області (дівчата)

n=745	Зріст, см	Вага, кг	30 м, с	6-хв. біг, м	Гнучкість, см	Сила, разів	Човниковий біг, с	Стрибок з місця, см
1 клас (n=232)	121,7	23,9	7,4	277,6	5,5	6,9	14,7	101,2
2 клас (n=198)	125,5	24,9	7,0	428,4	7,6	6,8	13,2	109,7
3 клас (n=222)	133,2	28,5	6,7	670,5	7,9	8,6	12,9	121,9
4 клас (n=93)	134,6	31,7	6,8	754,4	7,5	9,8	11,5	130,4

Ступінь відповідності фізичного розвитку та розвитку фізичних якостей в учнів 1 класів нормативним вимогам

Якості	Хлопці		Дівчата	
	Навчальна програма	«Крок до здоров'я»	Навчальна програма	«Крок до здоров'я»
1	2	3	4	5
Зріст	Не визначено	Не відповідає	Не визначено	Не відповідає
Вага	Не визначено	Не відповідає	Не визначено	Не відповідає
Швидкість	Відповідає	Не визначено	Відповідає	Не визначено
Витривалість	Відповідає	Не відповідає	Відповідає	Не відповідає
Гнучкість	Відповідає	Відповідає	Відповідає	Відповідає
Сила	Відповідає	Не визначено	Відповідає	Не визначено
Спритність	Не відповідає	Не відповідає	Не відповідає	Не відповідає
Швидкісно-силові	Відповідає	Не відповідає	Відповідає	Не відповідає

фізичного розвитку та розвитку фізичних якостей узагальнені у табл. 3.

Отже, з табл. 3 стає зрозумілим, що для навчального процесу учнів першого класу характерно:

по-перше – вимоги до рівня здоров'я школярів не приведені до нормативів програми (або навпаки);

по-друге – програмою не визначені показники норми фізичного розвитку учнів;

по-третє – у комплексі випробувань «Крок до здоров'я» не враховані ряд випробувань навчальної програми (біг 30 м, підтягування на низький перекладині);

учетверте – якщо показники розвитку витривалості та швидкісно-силових якостей відповідають вимогам навчальної програми, то відповідно до вимог «Кроку до здоров'я» – не відповідають;

по-п'яте – фізичний розвиток та розвиток спритності знаходиться в учнів (у хлопців та дівчат) на дуже низькому рівні.

Висновки.

У результаті проведеного дослідження стану фізичного розвитку та фізичної підготовленості учнів перших класів загальноосвітніх навчальних закладів Харківської області виявлено низький рівень фізичного розвитку та фізичної підготовленості школярів (обох статей), зокрема спритності.

Системи оцінювання навчальних результатів школярів потребують узгодження та модернізації.

Перспективи подальших досліджень. Подальшого вивчення потребує стан фізичної підготовленості та фізичного розвитку учнів 2-4 класів.

Література:

1. Иванов В.С. Основы математической статистики. – М., Физкультура и спорт. – 1990. – 176 с.
2. Круцевич Т.Ю. Оценка физической подготовленности детей и подростков // В кн.: методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания. – К. – 1999. – С.129-153.
3. Сутула В.О. Формування фізичної культури особистості стратегічне завдання фізкультурної освіти учнів загальноосвітніх навчальних закладів / В.О. Сутула, Т.С. Бондар, Ю.В. Васьков // Слобожанський науково-спортивний вісник, 2009. – № 1. – С. 15-21.
4. Сутула В.А. Методы сбора, обработки и систематизации материала исследования. – В кн.: Современные методы исследований в спорте / Филин В. П., Семенов В. Г., Алабин В. Г. – Харьков, Основа. – 1994. – С. 32-46.
5. Allen J.G., Lomaev O. Physiological Fitness of Schoolboys. *Ergonomics*, 1969, vol. 12(3), pp. 459-462.
6. Ghosh S., Chowdhury S.D., Chandra A.M., Ghosh T. A study on the influence of occupation on development of motor activities in children. *International Journal of Adolescence and Youth*. 2012, vol.18(1), pp. 23-31. doi:10.1080/02673843.2011.651150.
7. Hickey C. Physical education, sport and hyper-masculinity in schools. *Sport, Education and Society*, 2008, vol. 13(2), pp. 147-161.
8. Napierała M., Cieślicka M., Muszkieta R., Żukowa W., Ratkowski W. Aktywność fizyczna dzieci z wybranych przedszkoli w dzielnicy Wyżyny w Bydgoszczy. [w:] (Red.) Maik W, Napierała M, Żukow W., Wybrane problemy turystyki, rekreacji, fizjoterapii ochrony zdrowia człowieka. Bydgoszcz 2011 s.37-50.
9. Napierała M., Cieślicka M., Trudności wychowawcze występujące na lekcjach wychowania fizycznego, [w:] Dylematy wychowania fizycznego w edukacji dzieci i młodzieży, (red. M. Bronikowski, R. Muszkieta), Poznań 2001, AWF, s. 228 – 234.
10. Szark M., Cieślicka M. Zachowania zdrowotne dzieci w młodszym wieku szkolnym // *Antropologia. Pamiętniki Kongresu*. Bydgoszcz, 2000, Supplement I, cz. II, s. 40-409.

References:

1. Ivanov V.S. *Osnovy matematicheskoy statistiki* [Fundamentals of Mathematical Statistics], Moscow, Physical Culture and Sport, 1990, 176 p.
2. Krucevich T.Iu. *Metody issledovaniia individual'nogo zdorov'ia detej i podrostkov v processe fizicheskogo vospitaniia* [Methods of investigation of individual health of children and adolescents in the process of physical education], Kiev, 1999, pp. 129-153.
3. Sutula V.O., Bondar T.S., Vas'kov Iu.V. *Slobozhans'kij naukovospornivnij visnik* [Slobozhansky scientific and sport bulletin], 2009, vol. 1, pp. 15-21.
4. Sutula V.A., Filin V.P., Semenov V.G., Alabin V.G. *Metody sbora, obrabotki i sistematzicii materiala issledovaniia* [Methods of collecting, processing and systematization of research material]. *Sovremennye metody issledovaniij v sporie* [Modern methods of research in sport], Kharkov, Basis, 1994, pp. 32-46.
5. Allen J.G., Lomaev O. Physiological Fitness of Schoolboys. *Ergonomics*, 1969, vol. 12(3), pp. 459-462.
6. Ghosh S., Chowdhury S.D., Chandra A.M., Ghosh T. A study on the influence of occupation on development of motor activities in children. *International Journal of Adolescence and Youth*. 2012, vol.18(1), pp. 23-31. doi:10.1080/02673843.2011.651150.
7. Hickey C. Physical education, sport and hyper-masculinity in schools. *Sport, Education and Society*, 2008, vol. 13(2), pp. 147-161.
8. Napierała M., Cieślicka M., Muszkieta R., Żukowa W., Ratkowski W. *Selected problems of tourism, recreation, physiotherapy protection of human health* [Wybrane problemy turystyki, rekreacji, fizjoterapii ochrony zdrowia człowieka]. Bydgoszcz, 2011, pp. 37-50.
9. Napierała M., Cieślicka M. *Dilemmas of physical education in schools for children and youth* [Dylematy wychowania fizycznego w edukacji dzieci i młodzieży], Poznań, 2001, pp. 228 – 234.
10. Szark M., Cieślicka M. Health behaviors of children in early school age [Zachowania zdrowotne dzieci w młodszym wieku szkolnym]. *Anthropology. Memoirs of Congress* [Antropologia. Pamiętniki Kongresu]. Bydgoszcz, 2000, supplement I, part II, pp. 40-409.

Информация об авторе:

Пелешенко Игорь Николаевич: hgpi@kharkov.com; Харьковская гуманитарно – педагогическая академия; пер. Ш.Руставели 7, г. Харьков, 61000, Украина.

Цитуйте цю статтю як: Пелешенко І.М. Показники фізичного розвитку та фізичної підготовленості учнів І класів загальноосвітніх навчальних закладів // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 8 – С. 65-68. doi:10.6084/m9.figshare.747475

Электронная версия этой статьи является полной и может быть найдена на сайте: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive.html>

Это статья Открытого Доступа распространяется под терминами Creative Commons Attribution License, которая разрешает неограниченное использование, распространение и копирование любыми средствами, обеспечивающими должное цитирование этой оригинальной статьи (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.ru>).

Дата поступления в редакцию: 11.06.2013 г.
Опубликовано: 30.08.2013 г.

Information about the author:

Peleshenko I.N.: hgpi@kharkov.com; Kharkov Humanitarian Pedagogical Academy; Sh.Rustaveli alley 7, Kharkov, 61000, Ukraine.

Cite this article as: Peleshenko I.N. Indicators of physical development and physical fitness of schoolboys of first class of secondary schools. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 2013, vol.8, pp. 65-68. doi:10.6084/m9.figshare.747475

The electronic version of this article is the complete one and can be found online at: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive-e.html>

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.en>).

Received: 11.06.2013
Published: 30.08.2013